

UV	BF/SB	BWK	Leistungsbew.	IFSK	MK	UK	Leist.-bewertung
1 Ausdauer-training	LA	Lauftempo situationsgerecht wählen	LA-Vierkampf bestehend aus: 30 min Ausdauerleistung, neue Technik und eine bekannte aus SI	D Prinzip der Superkompensation	Trainingsplan erstellen, Temposteuerung mit Pulskontrolle	Objektive und subjektive Leistungsfähigkeit	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
2 VB Kleinfeld Turniere	Sport-spiele	VB-Techniken (OZ, UZ, Ang., Drive) situationsgerecht (3:3) anw. positionsspez. Verh. Anwenden (Feldverteidigung/Stellen/Block/Angriffssicherung)	Prüfungsspiel 3 : 3	E VB-Regeln (Rotation/3Kontakte/Aufschlag) kennen und an Unt.-Situation anpassen können	Turnierform entwickeln, Regeln anpassen, Mannschaften bilden	Spiel-, Leistungs-Wettkampforientierung und Motivation hinterfragen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
3 VB 6:6 Einfluss von Misserfolgen auf Spielfreude	Sport-spiele	VB-Techniken (OZ, UZ, Ang., Drive) situationsgerecht (6:6) anwenden Positionsspez. Verhalten anwenden (Feldverteidigung/Stellen/Block/Angriffssicherung)	Prüfungsspiel 6 : 6 (ohne Angaben)	C VB-Regeln beim Spiel 6 : 6 kennen (Positionen und Rotation)		Spiel-, Leistungs-Wettkampforientierung und Motivation hinterfragen	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
4.1 Aerobic	KW+BF	mehrteilige Aerobic-Bewegungen rhythmisch ausführen	Vorführung einer Sequenz in einer Gruppe	B 4x8-Schläge-Sequenz kennen	Aufstellungsformen variieren	Sequenzen von Mitschülern bewerten	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
4.2 Fitnessstraining an Geräten	KW+BF	Fitnessprogramm im Krafraum unter ausgewählter Zielsetzung erarbeiten und präsentieren	---	F Übungen zum Ausgleich von muskul. Dysbalancen kennen	Funktionsgymnastik wirksam gestalten (Intensität, Häufigkeit etc.)	Zusammenhang von Zivilisationskrankheiten und Bewegungsmangel beurteilen	Votr.: Programm vorstellen und Zielsetzungen und Begründungen erläutern
5 BD	Sport-spiele	Bekannte Techniken in selbst gestalteten Wettkampfsituationen anwenden	Prüfungsspiel 1 : 1	E "Wer spielt gegen wen?"	Turnierform entwickeln, Regeln anpassen, Mannschaften bilden	Respektvoller Umgang trotz Leistungsunterschieden	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.
6 LA-Disziplin	3 LA	Neue LA-Disziplin (Hürde, Diskus, Speer, Dreisprung) anwenden	Punktuelle Überprüfung gem. LLG Tabelle	A LA-Technik in Phasen gliedern (Meinel) Bewegungsvorstellung durch Wahrnehmung (opt., kinästh.) entwickeln	zielgerichtet üben mit Partnerhilfe	Imitationlernen vs. Lernen durch Bew.-Analyse	Eigen- und Mitverantw. im Unt., Beteilig. am Unt.-Gespr.

LA-Ausdauer im Herbst beginnen → UV Mehrkampf im 4. Quartal
 Wenn inhaltliche Kürzungen unvermeidlich, dann nicht im Bereich LA/VB/Krafraum

Vorschlag: eine schriftliche Überprüfung im 2.Quartal kursintern auf freiwilliger Basis